

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ д/с №26  
Ермошина О.В.



# М Е Н Ю

«07» Февраля 2022 г.

## ЗАВТРАК

1. Яйцо вареное	1 шт. (63 ккал)
2. Икра кабачковая	68 (61 ккал)
3. Чай с сахаром	180 (44,3 ккал)
4. Бутерброд с маслом	20/5 (133,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (52 ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Яблоки	100 (47 ккал)
-----------	---------------

## ОБЕД:

1. Свекольная икра	60 (60 ккал)
2. Суп картоф. с макаронными изд.	200 (83,8 ккал)
3. Ленивый голубец	120 (164,0 ккал)
4. Сок	186 (77,9 ккал)
5. Хлеб пшеничный, ржаной	22/20 (48,4/46,8 ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Рыба тушеная в томате с овощами	130 (253,9 ккал)
2. Картофельное пюре	100 (115,6 ккал)
3. Какао с молоком	180 (167,4 ккал)
4. Хлеб ржан.	19 (49,2 ккал)